**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа №1**

**имени Героя Советского Союза Русанова М.Г. с. Варна**

**Утверждено приказом МОУ СОШ №1**

**им. Героя Советского Союза Русанова М.Г.**

**с. Варна от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_\_\_\_**

**Согласовано с МО учителей физической культуры**

**протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012года**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

за курс начальной школы

1 – 4 класс

**2012 – 2013 год**

**Рабочая программа составлена в соответствии с нормативно – правовыми и программно - методическими документами по преподаванию образовательного предмета «Физическая культура».**

* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.12.2010 № 2080 **«Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2011/2012 учебный год».**
* Концепция федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 – 2015 годы» от 15 сентября 2005 г. №1433-р
* Приложение к письму Министерства образования и науки Челябинской области от 03.08.2009г. №103/3431 «О преподавании учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных учреждениях Челябинской области в 2009-2010 учебном году.
* Приложение к письму Министерства образования и науки Челябинской области от 28.06.2010г. №103/3073 «О преподавании учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных учреждениях Челябинской области в 2010-2011 учебном году.
* Приложение к письму Министерства образования и науки Челябинской области от 18.07.2011г. №103/4275 «О преподавании учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных учреждениях Челябинской области в 2011-2012 учебном году.
* Письмо МОиН Челябинской области от 21.07.2009 № 103/3404 «О разработке рабочих программ курсов, предметов, дисциплин (модулей) в общеобразовательных учреждений Челябинской области».
* Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, СанПин 2.4.2.1178-02.// Официальные документы в образовании. – 2003. - №3. –С. 18-59.
* О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. №329-Ф3.
* О введении третьего дополнительного часа физической культуры в образовательных учреждениях Российской Федерации. Письмо Минобразования России от 12 августа 2002г. №13-51-99/14. //Вестник образования России. - 2002. - №18. –С. 44-45.
* О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утверждённый приказом Министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования от 3 июня 2008 г. №164. // Вестник образования. – 2008. №14. – С. 25-29.
* Об оценивании и аттестации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10.2003 г. №13-51-263/13.7.
* О разработке и утверждении рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) в общеобразовательных учреждениях. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 21.07.2009 г. №103/3404.
* Об увеличении двигательной активности обучающихся общеобразовательных учреждений. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 28 апреля 2003 г. №13-51-86/13: методические рекомендации //Вестник образования России. – 2003. - №13.
* О создании безопасных условий жизнедеятельности обучающихся в общеобразовательных учреждениях. Рекомендательное письмо от 12.07.2000 №22-06-788 //Официальные документы в образовании.-2000. - №23.

**2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к рабочей программе по физической культуре для учащихся 1- 4 классов**

ОБЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ

**Начальное общее образование –** первая ступень общего образования. В Российской Федерации начальное общее образование является **обязательным и общедоступным.** Федеральный компонент государственного стандарта начального общего образования – направлен на реализацию личностно – ориентированной развивающей модели массовой начальной школы и призван обеспечить выполнение следующих **ЦЕЛЕЙ:**

* **Развитие** личности школьника, его творческих способностей, интереса к учению, формирования желания и умения учиться.
* **Воспитание** нравственных и эстетических чувств, эмоционально – ценностного позитивного отношения к себе и окружающему миру
* **Освоение** системы знаний, умений, навыков, опыта осуществления разнообразных видов деятельности
* **Охрана** и укрепление физического и психического здоровья детей
* **Сохранение** и поддержка индивидуальности ребёнка

Приоритетом начального общего образования является формирование **образовательных умений и навыков,** уровень освоения которых в значительной мере предопределяет успешность всего последующего обучения.

Выделение в стандарте **метапредметных связей** способствует интеграции предметов, предотвращению предметной разобщённости и перегрузки обучающихся.

Развитие личностных качеств и способностей младших школьников опирается на приобретение ими опыта разнообразной деятельности; учебно – познавательной, практической, социальной. Поэтому в стандарте особое место отведено **деятельностному,** практическому содержанию образования

**2.1 Примерная рабочая программа.**

**Рабочая программа разработана** на основе Примерной рабочей программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И.Ляха, А.А.Зданевича (М: Просвещение, 2011год.). В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводятся как обязательный предмет в начальной школе, на его преподавание отводится 102 (96 часов в 1 классе – минус 3 часа на адаптацию – первая четверть, минус 3 часа на каникулы в третьей четверти) часа в начальной школе в год. Третий урок по физической культуре направлен на:

* Оздоровительное направление – формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
* Общеразвивающее направление – общеразвивающие упражнения, подвижные игры, эстафеты, спортивные игры по упрощенным правилам;

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используется учебник : Лях В.И. «Мой друг – физкультура. 1 – 4 кл: учеб. для общеобразовательных учреждений. М: Просвещение, 2009г.

В программе В.И.Ляха, А.А.Зданевича программный материал делится на две части – **базовую и вариативную.** В **базовую часть** входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется играми на улице, коньки). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». **Вариативная часть** включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается во втором классе со второй четверти. Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод в первой четверти. Большинство заданий учащимся первых классов даётся в форме игры.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведённых в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

1. **Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приёмы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.**
   1. **Естественные основы.**

1 – 2 классы. Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно – сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

3 – 4 классы. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнения. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

* 1. **Социально – психологические основы.**

1 – 2 классы. Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развития мышц.

3 – 4 классы. Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирования в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды. Контроль за правильностью выполнения физических упражнений, тестирование физических качеств.

* 1. **Приёмы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.**

1 – 2 классы. Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приёмы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

3 – 4 классы. Водные процедуры. Овладение приёмами саморегуляции, связанными с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движения. Тестирование физических способностей.

* 1. **Подвижные игры.**

1 – 4 классы. Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

* 1. **Гимнастика с элементами акробатики.**

1 – 4 классы. Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

|  |  |
| --- | --- |
| Универсальные учебные действия (УУД) | Результат |
| Личностные | - мотивационная основа на занятия гимнастикой;  -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| Регулятивные | -умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);  - планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;  *- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;*  - адекватно воспринимать оценку учителя;  -оценивать правильность выполнения двигательных действий. |
| Познавательные | - осуществлять анализ выполненных действий;  - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики;  - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. |
| Коммуникативные | - уметь слушать и вступать в диалог;  -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. |

* 1. **Легкоатлетические упражнения.**

1 – 2 классы. Понятия короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнения в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

3 – 4 классы. Понятие эстафета. Команды «Старт!», «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнований в прыжках, беге, метании. Техника безопасности на уроках. Раздел программы лёгкая атлетика ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

|  |  |
| --- | --- |
| Универсальные учебные действия (УУД) | Результат |
| Личностные | - мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой;  -учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики. |
| Регулятивные | -умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);  - планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;  - комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;  *- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;*  - адекватно воспринимать оценку учителя;  -оценивать правильность выполнения двигательных действий. |
| Познавательные | - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;  - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;  - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без. |
| Коммуникативные | - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;  -участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. |

1. **Демонстрировать.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физические способности | Физические упражнения | мальчики | девочки |
| Скоростные | Бег 30м с высокого старта с опорой на руку | 6,5 | 7,0 |
| Скоростно - cиловые | Прыжок в длину с места | 130 | 125 |
| Силовые | Подтягивание из виса на перекладине, количество раз | 5 | 4 |
| Выносливость | Бег 1000м | Без учёта времени | |
| Координация | Челночный бег 4х9м |  |  |

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а так же по результатам тестирования по каждому разделу программы.

**2.2 Обоснование выбора.**

**Начальное общее образование –** первая ступень общего образования. В Российской Федерации начальное общее образование является **обязательным и общедоступным.** Федеральный компонент государственного стандарта начального общего образования – направлен на реализацию личностно – ориентированной развивающей модели массовой начальной школы и призван обеспечить выполнение следующих

**ЦЕЛЕЙ:**

* **Развитие** личности школьника, его творческих способностей, интереса к учению, формирования желания и умения учиться.
* **Воспитание** нравственных и эстетических чувств, эмоционально – ценностного позитивного отношения к себе и окружающему миру
* **Освоение** системы знаний, умений, навыков, опыта осуществления разнообразных видов деятельности
* **Охрана** и укрепление физического и психического здоровья детей
* **Сохранение** и поддержка индивидуальности ребёнка

**ЗАДАЧИ:** физического воспитания учащихся 1 – 4 классов направлены:

* На укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоничному развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
* Овладение школой движений
* Развитие координационных ( точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты, согласования движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных ( скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости ) способностей
* Формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей
* Выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
* Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта
* Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения упражнения, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Приоритетом начального общего образования является формирование **образовательных умений и навыков,** уровень освоения которых в значительной мере предопределяет успешность всего последующего обучения.

Выделение в стандарте **метапредметных связей** способствует интеграции предметов, предотвращению предметной разобщённости и перегрузки обучающихся.

Развитие личностных качеств и способностей младших школьников опирается на приобретение ими опыта разнообразной деятельности; учебно – познавательной, практической, социальной. Поэтому в стандарте особое место отведено **деятельностному,** практическому содержанию образования, конкретным способом деятельности, применению приобретённых знаний и умений в жизненных ситуациях.

Особенностью начальной школы является то, что дети приходят в школу с разным уровнем готовности к обучению, неодинаковым социальным опытом, отличиями в психофизиологическом развитии. Начальное общее образование призвано помочь реализовать способности каждого и создать условия для индивидуального развития ребёнка.

Результаты изучения учебного предмета

**Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:**

* проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
* оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

**Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:**

* обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
* общение и взаимодействие со сверстниками;
* обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;
* занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

**Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:**

* организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
* изложение фактов истории физической культуры;
* измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
* бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

**2.3 Обоснование разбивки программы.**

**Распределение учебного времени прохождения программного материала**

**по физической культуре (1 – 4 класс)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вид программного материала** | **Количество часов (уроков)** | | | |
| **класс** | | | |
| **I** | **II** | **III** | **IV** |
| **1** | **Базовая часть** | **52** | **68** | **68** | **67** |
| **1.1** | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока | | | |
| **1.2** | Подвижные игры с элементами баскетбола и волейбола | **30** | **30** | **24** | **31** |
| **1.3** | Гимнастика с элементами акробатики и прыжки | **14** | **18** | **24** | **16** |
| **1.4** | Легкоатлетические упражнения и кроссовая подготовка | **18** | **20** | **20** | **20** |
| **2** | **Вариативная часть** | **44** | **34** | **34** | **35** |
| **2.1** | Подвижные игры и эстафеты в зале и на улице | **44** | **34** | **34** | **35** |
|  | **итого** | **96** | **102** | **102** | **102** |

**Базовый уровень предъявления учебного материала:**

* **ЗНАНИЯ:** влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья, работоспособность, гигиенические правила при выполнении физических упражнений; закаливание водой и воздухом; режим дня и двигательный режим; правила и формы занятий физическими упражнениями, доступными видами спорта с свободное время; Олимпийское движение в России.
* **ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ:**
* Циклические и ациклические локомоции: основы движения в ходьбе, беге, передвижениях на коньках и лыжах, прыжках; бег с максимальной скоростью 30м; бег в равномерном темпе до 10 мин.; старты из различных положений; лазание по гимнастической стенке, лестнице, канату и др.; полоса из 3 – 5 препятствий.
* Метание на дальность и меткость: метание небольших предметов весом до 150гр. на дальность из различных исходных положений правой и левой рукой; броски малого мяча в цель
* Гимнастические и акробатические упражнения**:** строевые упражнения; основные положения рук, ног, туловища без предметов и с предметом ( большими и малыми мячами, палкой, обручем, набивными мячами, гантелями весом 0,5 – 2 кг с соблюдением правильной осанки); ходьба по бревну высотой 50 – 100см, висы и упоры; прыжки со скакалкой.
* Подвижные игры : с бегом, прыжками и метанием; игры типа «Пионербол», «Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-футбол, мини-баскетбол.
* Тренировка основных физических качеств: самостоятельные занятия по их развитию с целью достижения необходимого уровня.
* **МИНИМАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ:**
* ДОЛЖЕН ЗНАТЬ: влияние, условия, правила выполнения упражнений.
* ДОЛЖЕН УМЕТЬ: бегать короткие дистанции до 60м с максимальной скоростью и на длинные дистанции до 1500м в доступном темпе; прыгать в длину и высоту простейшими способами; с места метать малый мяч на дальность и меткость; выполнять основные положения рук, ног, туловища без предметов и с предметами; выполнять простейшие висы и упоры; кувырки вперёд и назад; играть в подвижные игры; выполнять закаливающие процедуры, упражнения утренней гигиенической гимнастики; тренировать физические качества по заданию учителя.
* ДОЛЖЕН ИМЕТЬ: по окончании начальной школы приросты показателей основных физических качеств и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития.

**2.4 Обоснование тематики содержания НРК.**

**Вариативная (дифференцированная) часть рабочей программы** по физической культуре обусловлена необходимостью учёта индивидуальных особенностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы общеобразовательного учреждения. В вариативную часть программы, связанной с региональными и национальными особенностями, входят:

* Зимние виды спорта ( коньки, мини-футбол)
* Физические упражнения оздоровительной направленности
* Русские народные игры
* Олимпийские чемпионы Челябинской области. Спортсмены Южного Урала и Варненского района.

Данный подход основан на том, что содержание физического образования учащихся этого возраста связано с овладением «школой движения», где наиболее эффективным средством является игровая деятельность. Вопросы здоровьесберегающей функции решаются через формирование элементарных представлений об основах физической культуры и здорового образа жизни, упор делается на развитие координационных способностей, формирование навыков естественных движений.

На национальный региональный компонент отводится 10% от общего количества учебных часов. См. папку по НРК.

**Литература:**

* Садыкова С.Л., Лебедева Е.И. «Физическая культура. 1 – 11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время» / - г. Волгоград, «Учитель», 2008 год.
* Швердина Н.А. «Оздоровительная работа в начальной школе» / - г. Ростов-на-Дону, «Школа», 2008 год.
* Феоктистова В.Ф., Плиева Л.В. «К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений». / - г. Волгоград, «Учитель», 2010 год.

1. **КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

* «У» - учёт (контрольное упражнение)
* «З» - закрепление
* «Р» - разучивание
* «С» - совершенствование
* «КДП» - контрольно – двигательные показатели (тесты выполняются на оценку)
* «НРК» - национальный региональный компонент
* «ТБ» - техника безопасности
* «ОРУ» - общеразвивающие упражнения
* «УГГ» - утренняя гигиеническая гимнастика
* «СБУ» - специальные беговые упражнения

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

1. **класс ( I четверть)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения** | | **№**  **урока** | **Федеральный компонент государственного образовательного стандарта** | | **Вид контроля** | **Коррекция** |
| **прогр.** | **факт.** | **Обязательный минимум содержания образования** | **Требования к уровню подготовки учащихся** |
| **Лёгкая атлетика и кроссовая подготовка** | | | | | | |
|  |  | 1 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью 30м  ЗНАТЬ: правила поведения и технику безопасности | Текущий |  |
|  |  | 2 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью 30м | Текущий |  |
|  |  | 3 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 4 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью 30м | Текущий |  |
|  |  | 5 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Р - упражнения с мячами. Подвижные игры. НРК. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; подбрасывать и ловить мяч на месте и в движении | текущий |  |
|  |  | 6 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 7 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Бег 30м с максимальной скоростью. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; подбрасывать и ловить мяч на месте и в движении | текущий |  |
|  |  | 8 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Бег 30м с максимальной скоростью. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; подбрасывать и ловить мяч на месте и в движении | текущий |  |
|  |  | 9 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 10 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. Подвижные игры. НРК. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать эстафеты с различными заданиями | текущий |  |
|  |  | 11 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге | текущий |  |
|  |  | 12 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
| **Упражнения с мячами, прыжки** | | | | | | |
|  |  | 13 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; правильно выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 14 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; правильно выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 15 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 16 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; правильно выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 17 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – прыжок в длину с места. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги |  |  |
|  |  | 18 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 19 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Прыжки. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги | текущий |  |
|  |  | 20 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – челночный бег 4х9м. Прыжки. Подвижные игры. НРК. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги; правильно выполнять поворот при выполнении челночного бега |  |  |
|  |  | 21 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 22 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Прыжки. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги; правильно выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 23 | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Прыжки. Упражнения с мячами. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги; правильно выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 24 | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

1. **класс ( II четверть)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения** | | **№**  **урока** | **Федеральный компонент государственного образовательного стандарта** | | **Вид контроля** | **Коррекция** |
| **прогр.** | **факт.** | **Обязательный минимум содержания образования** | **Требования к уровню подготовки учащихся** |
| **Элементы баскетбола** | | | | | | |
|  |  | 1  (25) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Р – подбрасывание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля мяча. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; подбрасывать и ловить мяч | Текущий |  |
|  |  | 2  (26) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Р – подбрасывание мяча и ловля после отскока от пола. Подбрасывание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля мяча. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; подбрасывать и ловить мяч; играть в подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 3  (27) | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 4  (28) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Р – передачу мяча по кругу и в колонне. Подбрасывание мяча и ловля после отскока от пола. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; подбрасывать и ловить мяч, передавать мяч по кругу; играть в подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 5  (29) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. ОРУ для профилактики плоскостопия. Передача мяча по кругу и в колонне. Подбрасывание мяча и ловля после отскока от пола. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; подбрасывать и ловить мяч, передавать мяч по кругу; играть в подвижные игры | текущий |  |
|  |  | 6  (30) | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 7  (31) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Передача мяча по кругу и в колонне. Висы и упоры. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, передавать, ловить); передавать мяч по кругу; играть в подвижные игры | текущий |  |
|  |  | 8  (32) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Передача мяча по кругу и в колонне. Висы и упоры. Игры и эстафеты. | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, передавать, ловить); передавать мяч по кругу; играть в подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 9  (33) | Правила поведения и техника безопасности на уроке. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 10  (34) | Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале. Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Подбрасывание мяча и ловля после отскока от пола. Подбрасывание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля мяча. КДП - подтягивание. Игры и эстафеты. НРК. | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, передавать, ловить); передавать мяч по кругу; играть в подвижные игры ; выполнять подтягивание |  |  |
| **Гимнастика** | | | | | | |
|  |  | 11  (35) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. ОРУ с обручами. Р – лазание по гимнастической стенке вверх-вниз, вправо-влево. Упражнения в равновесии. Подвижные игры. | УМЕТЬ: лазать по гимнастической стенке; выполнять упражнения в равновесии | текущий |  |
|  |  | 12  (36) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 13  (37) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. ОРУ с обручами. Лазание по наклонной доске. Упражнения в равновесии. Прыжок в длину с места. Подвижные игры. | УМЕТЬ: лазать по гимнастической стенке; выполнять упражнения в равновесии; правильно выполнять основные движения в прыжках | текущий |  |
|  |  | 14  (38) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. ОРУ с обручами. Лазание по наклонной доске. Упражнения в равновесии. КДП - прыжок в длину с места. Подвижные игры. | УМЕТЬ: лазать по гимнастической стенке; выполнять упражнения в равновесии; правильно выполнять основные движения в прыжках |  |  |
|  |  | 15  (39) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 16  (40) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Р – перекаты лёжа на животе, ползание. З – положение «упор присев» и перекаты назад в группировке Подвижные игры. | УМЕТЬ: выполнять строевые упражнения; выполнять акробатические элементы | текущий |  |
|  |  | 17  (41) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Р – перекаты лёжа на животе, ползание. З – положение «упор присев» и перекаты назад в группировке Подвижные игры. | УМЕТЬ: выполнять строевые упражнения; выполнять акробатические элементы | текущий |  |
|  |  | 18  (42) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 19  (43) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Перекаты лёжа на животе, ползание. Положение «упор присев» и перекаты назад в группировке. КДП - наклон вперёд из положения сидя на полу Подвижные игры. | УМЕТЬ: выполнять строевые упражнения; выполнять акробатические элементы |  |  |
|  |  | 20  (44) | Строевые упражнения. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Перекаты лёжа на животе, ползание. Положение «упор присев» и перекаты назад в группировке. КДП - наклон вперёд из положения сидя на полу Подвижные игры. | УМЕТЬ: выполнять строевые упражнения; выполнять акробатические элементы |  |  |
|  |  | 21  (45) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

1. **класс ( III четверть)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения** | | **№**  **урока** | **Федеральный компонент государственного образовательного стандарта** | | | **Вид контроля** | **Коррекция** |
| **прогр.** | **факт.** | **Обязательный минимум содержания образования** | **Требования к уровню подготовки учащихся** | |
| **Игры с элементами баскетбола, прыжки** | | | | | | | |
|  |  | 1  (46) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Бросай – поймай». | | ЗНАТЬ: правила поведения и ТБ в спортивном зале  УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 2  (47) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Бросай – поймай». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 3  (48) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 4  (49) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс упражнений на формирование осанки. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Передача мяча в колонне». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 5  (50) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Бросок мяча снизу в щит стоя на месте. «Мяч соседу». НРК. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 6  (51) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 7  (52) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Бросок мяча снизу в щит стоя на месте. «Передал-садись». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 8  (53) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Бросок мяча снизу в щит стоя на месте. Р – ведение мяча одной рукой на месте. «Передал-садись». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 9  (54) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 10  (55) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Беговые и прыжковые упражнения. Бросок мяча снизу в щит стоя на месте. Р – ведение мяча одной рукой на месте. «Гонки мячей по кугу». НРК. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 11  (56) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Комплекс УГГ. Беговые и прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места. Бросок мяча снизу в щит стоя на месте. Р – ведение мяча одной рукой на месте. «Гонки мячей по кугу». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 12  (57) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 13  (58) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения со скакалкой. Прыжки в длину с места. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Выстрел в небо». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 14  (59) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения со скакалкой. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Выстрел в небо». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 15  (60) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 16  (61) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения со скакалкой. Бросок мяча снизу вверх и ловля стоя на месте. Передача и ловля мяча. «Выстрел в небо». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 17  (62) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения с гимнастическими палками. Бросок и ловля мяча после отскока от щита. Ведение мяча на месте. «Бросай – поймай». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 18  (63) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 19  (64) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения с гимнастическими палками. Бросок и ловля мяча после отскока от щита. Ведение мяча на месте. «Передал - садись». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 20  (65) | ТБ при работе с мячами и правила поведения в спортивном зале. Сочетание бега и ходьбы. Упражнения с гимнастическими палками. Бросок и ловля мяча после отскока от щита. Ведение мяча на месте. «Гонки мячей по кругу». | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловить, ведение, броски) в процессе игр | текущий |  |
|  |  | 21  (66) | Правила поведения и техника безопасности на стадионе. Правила перехода от школы к стадиону. Различные виды бега, ходьбы, прыжков. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры. | | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; играть в различные подвижные игры | Текущий |  |
|  |  | 22  (67) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. Через кочки и пенёчки». «Волк во рву». «Капитаны». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 23  (68) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. «Через кочки и пенёчки». «Волк во рву». «Лисы и куры». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 24  (69) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. «Капитаны». «Волк во рву». «Лисы и куры». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 25  (70) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. «Через кочки и пенёчки». «Волк во рву». «Капитаны». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 26  (71) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. «Через кочки и пенёчки». «Волк во рву». «Лисы и куры». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 27  (72) | ТБ и правила поведения на уроке подвижных игр. «Капитаны». «Волк во рву». «Лисы и куры». «Два Мороза». | | УМЕТЬ: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

1. **класс ( IV четверть)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения** | | **№**  **урока** | **Федеральный компонент государственного образовательного стандарта** | | **Вид контроля** | **Коррекция** |
| **прогр.** | **факт.** | **Обязательный минимум содержания образования** | **Требования к уровню подготовки учащихся** |
| **Упражнения с мячами, прыжки** | | | | | | |
|  |  | 1  (73) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Метание мяча (150гр) в вертикальную цель. Ведение мяча на месте и в движении. Подвижные игры. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью. | Текущий |  |
|  |  | 2  (74) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – челночный бег 4х9м. Метание мяча (150гр) в вертикальную цель. Ведение мяча на месте и в движении. Подвижные игры. НРК. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью. |  |  |
|  |  | 3  (75) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты с различными заданиями. «Не давай мяч водящему». НРК. | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 4  (76) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Прыжки в длину с места. Ведение мяча на месте и в движении. «Пятнашки». | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, ведение, броски, передачи); выполнять основные движения в прыжках | текущий |  |
|  |  | 5  (77) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. КДП – подтягивание из виса на перекладине. Строевые упражнения. Прыжки в длину с места. Ведение мяча на месте и в движении. «Третий-лишний». | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, ведение, броски, передачи); выполнять основные движения в прыжках |  |  |
|  |  | 6  (78) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «День и ночь». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 7  (79) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – пресс за 1 мин. Р – прыжки в высоту с разбега, упражнения с длинной скакалкой. Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча. «Попади в мяч». | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, ведение, броски, передачи); выполнять основные движения в прыжках |  |  |
|  |  | 8  (80) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – наклон вперёд из положения сидя на полу. Р – прыжки в высоту с разбега, упражнения с длинной скакалкой. Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча. «Попади в мяч». | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, ведение, броски, передачи); выполнять основные движения в прыжках |  |  |
|  |  | 9  (81) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Перестрелки». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 10  (82 | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. КДП – прыжки в длину с места. Прыжки в высоту с разбега, упражнения с длинной скакалкой. Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча. «Охотники и утки». | УМЕТЬ: владеть мячом (держать, ведение, броски, передачи); выполнять основные движения в прыжках |  |  |
| **Лёгкая атлетика** | | | | | | |
|  |  | 11  (83) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника бега на короткие дистанции. «Не давай мяч водящему». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м) | текущий |  |
|  |  | 12  (84) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Пятнашки». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 13  (85) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника бега на короткие дистанции. «Третий-лишний». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м) | текущий |  |
|  |  | 14  (86) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника бега на короткие дистанции. «День-ночь». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м) | текущий |  |
|  |  | 15  (87) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Попади в мяч». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 16  (88) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника прыжков в длину с разбега. «Прыжки за прыжком». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться в прыжковую яму на две ноги | текущий |  |
|  |  | 17  (89) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника прыжков в длину с разбега. «Перестрелки». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться в прыжковую яму на две ноги | текущий |  |
|  |  | 18  (90) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Охотники и утки». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 19  (91) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Техника прыжков в длину с разбега. Метание мяча на дальность и в цель. «Не давай мяч водящему». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться в прыжковую яму на две ноги; выполнять основные движения в метании | текущий |  |
|  |  | 20  (92) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Бег в доступном темпе 1000м. Метание мяча на дальность и в цель. «Не давай мяч водящему». | УМЕТЬ: выполнять основные движения в метании; бегать в равномерном темпе до 1000м | текущий |  |
|  |  | 21  (93) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Третий -лишний». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |
|  |  | 22  (94) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Бег в доступном темпе 1000м. Метание мяча на дальность и в цель. «День-ночь». | УМЕТЬ: выполнять основные движения в метании; бегать в равномерном темпе до 1000м | текущий |  |
|  |  | 23  (95) | Правила поведения и ТБ на стадионе. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Бег в доступном темпе 1000м. Метание мяча на дальность и в цель. «Попади в мяч». | УМЕТЬ: выполнять основные движения в метании; бегать в равномерном темпе до 1000м | текущий |  |
|  |  | 24  (96) | Правила поведения и ТБ в спортивном зале. Различные виды бега и ходьбы. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. «Прыжки за прыжком». | УМЕТЬ: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | текущий |  |